

لقد خلق الله لنا الطعام والشراب لأأكل ونتمتع فهو ضروري للحياة البشرية واستمرارها لذا وجب على الإنسان أن ينتقي غذاءه بكل عناية وأن يبتعد عن الإسراف في تناول كميات كبيرة منه.

ولكي يكون الغذاء نافعا يجب أن يكون صحيا ولا يتأتى ذلك إلا إذا حوى العناصر الأساسية وهي النشويات والبروتينات والفيتامينات والدهون بالإضافة إلى المعادن. ولكي يحافظ الإنسان على صحته ويبتعد عن كل الأمراض يجب عليه أن يتجنب تناول الغذاء الغير الصحي، كالسكريات والدهون والأغذية المحفوظة والمصنعة، وأن يلتزم بالنظام الصحي الغذائي الذي يعمل على امداد الجسم بالطاقة والحيوية وأن يمارس الرياضة باستمرار بالإضافة إلى كل هذا يجب أن يجري فحوصات دورية بانتظام.

الأسئلة

أ- حول الفهم : 3 نقاط

- 1- هات عنوان مناسب للسند؟
- 2- حسب رأي الكاتب كيف يكون الطعام نافعا؟
- 3- استخرج من السند ضد الكلمتين التاليتين ووظفهما في جملتين مفيدتين، يقتربا-ضارا.

ب- حول اللغة : 3 نقاط

- 1- أعرب ما تحته خط في السند.
- 2- استخرج من السند : جمع تكسير - فعل لفي - كلمة بها همزة وصل.
- 3- عوض كلمة الانسان بالناس وغير ما يجب تغييره : ولكي يحافظ الإنسان على صحته ويبتعد عن كل الأمراض يجب عليه أن يتجنب تناول الغذاء الغير الصحي!

ج- الوضعية الإدماجية : 4 نقاط اختر أحد الوضعتين

الوضعية 01:

السند : لقد كثرت الكلام في وسائل الإعلام مؤخرا عن مرض خطير ينتقل بسرعة بين الأشخاص. التعليم : أكتب موضوعا لا يقل عن 12 سطرا تتحدث فيه عن خطورة هذا المرض وأعراضه. ناصحا زملائك للوقاية منه موظفا ضمائر التكلم وإن وأخواتها.

الوضعية 02:

التعليم : لخص السند وأعد صياغته بأسلوبك الخاص مستغنيا عن العبارات التي ليس لها تأثير على المعنى العام.